

Univerzita Karlova v Praze

1. lékařská fakulta

Studijní program: Specializace ve zdravotnictví

Studijní obor: Adiktologie

ID studijního oboru: N5345



Jiří Zatřepálek

**Závislost na počítačových hrách u žáků druhého stupně vybraných
základních škol**

Computer games addiction among pupils at second grade of selected
primary schools

Diplomová práce

Typ závěrečné práce
Magisterská

Vedoucí závěrečné práce : Mgr. Jaroslav Vacek

Praha

2012

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem závěrečnou práci zpracoval samostatně a že jsem řádně uvedl a citoval všechny použité prameny a literaturu. Současně prohlašuji, že práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

Souhlasím s trvalým uložením elektronické verze mé práce v databázi systému meziuniverzitního projektu Theses.cz za účelem soustavné kontroly podobnosti kvalifikačních prací.

V Praze

jméno a příjmení

.....

Identifikační záznam:

ZATŘEPÁLEK, Jiří. *Závislost na počítačových hrách u žáků druhého stupně vybraných základních škol. [Computer games addiction among pupils at second grade of selected primary schools]*. Praha, 2012. 57 s., 4 příl., 15 tabulek, 4 grafy. Diplomová práce. Univerzita Karlova v Praze, 1. lékařská fakulta, Klinika adiktologie, Vedoucí práce: Vacek, Jaroslav.

Poděkování

Děkuji především Mgr. Jaroslavu Vackovi jak za odborné vedení diplomové práce, tak za podnětné připomínky.

Dále děkuji všem respondentům za vyplnění výzkumného dotazníku, jejich pedagogům a vedení škol za možnost výzkum na jejich pracovišti realizovat.

Děkuji také své přítelkyni a kolegům z práce za trpělivost, kterou se mnou měli při psaní této závěrečné práce.

OBSAH

I. ÚVOD.....	8
II. TEORETICKÁ ČÁST.....	9
1. Závislost	9
1.1 Závislost na internetu - netholismus.....	9
1.2 Příznaky a kritéria závislostí.....	9
1.1 Typy závislostí na internetu.....	11
1.1.1 Závislost na on-line hrách.....	12
1.1.2 Závislost na sociálních sítích.....	12
1.1.3 Závislost na stránkách s pornografickým obsahem	13
2. Závislost na hromadných on-line hrách.....	13
2.1 Historie on-line her.....	13
2.2 Druhy on-line her	14
2.3 Závislost na on-line hrách.....	16
3. Prevence závislostního chování.....	17
3.1 Typy primární prevence.....	18
3.2 Specifická primární prevence.....	21
3.3 Nespecifická primární prevence.....	21
4. Profil žáka druhého stupně základní školy.....	22
4.1 Psychologický profil.....	22
4.2 Sociologický profil.....	23
4.3 SURPS.....	26
III. VÝZKUMNÁ ČÁST.....	28
1. Cíle výzkumu a výzkumné otázky.....	28
2. Sběr a zpracování dat.....	28
2.1 Konstrukce dotazníku.....	29
2.2 Etická část.....	30
3. Výzkumný soubor	30
4. Výsledky výzkumu.....	34
4.1 Základní sociodemografické srovnání hráčů MMORPG s nehráči MMORPG.....	34
4.2 Zhodnocení výzkumných otázek.....	36

4.3 Srovnání závislých a nezávislých uživatelů internetu z různých hledisek.	
.....	39
IV. DISKUZE.....	43
V. ZÁVĚR.....	45
VI. POUŽITÁ LITERATURA.....	47
VII. PŘÍLOHY.....	50

Abstrakt a klíčová slova

Abstrakt:

Teoretická část diplomové práce popisuje závislostní chování na internetu a on-line hrách, profil cílové skupiny žáků druhého stupně základních škol v souvislosti se škálou osobnostních rysů představující riziko z hlediska užívání návykových látek.

Náplní výzkumné části diplomové práce je realizace dotazníkové studie zaměřené na prevalenci závislostního chování při užívání internetu s hraním on-line her a identifikaci souvislostí mezi tímto chováním a jednotlivými činnostmi provozovanými na internetu, sociodemografickými charakteristikami, zkušenostmi s užíváním návykových látek a rizikovými faktory úzkostnost, beznaděj, vyhledávání zážitků a impulzivita.

Základní soubor tvoří všichni žáci 6.-9. ročníků ZŠ v okresech Kolín a Kutná Hora. Cílem je získat přibližně 50 respondentů vykazujících znaky závislostního chování nebo ohrožení závislostním chováním k provedení korelační části studie, výzkumný soubor čítá více než 600 žáků.

Klíčová slova:

závislost na internetu, závislost na hromadných on-line hrách, hromadné on-line hry na hrdiny pro více hráčů, primární prevence

Abstract:

The theoretical part of this thesis describes addictive behavior on the Internet and on-line games, the profile of the target group of students in primary schools in connection with a range of personality traits in terms of posing a risk of substance use.

The purpose of the research thesis is the implementation of a questionnaire study on the prevalence of addictive behavior in using the Internet to play on-line games and identify links between this behavior and the various activities carried out on the Internet, sociodemographic characteristics, experience with substance use and risk factors for anxiety, hopelessness, search experiences and impulsivity.

The basic set consists of all students 6 to 9 years of school districts in Kolin and Kutna Hora. The aim is to get around the 50 respondents showing signs of addictive behavior or threat of execution dependency behavior of the correlation study, the research file contains more than 600 pupils.

Key words:

Internet addiction, dependence on mass on-line games, massive multiplayer on-line role-playing games, primary prevention

I. ÚVOD

Ve 21. století je internet nedílnou součástí téměř každého z nás a s postupným vývojem se stále více setkáváme s problematikou závislosti na internetu. Tento problém zatím ještě nedosahuje takového ohlasu jako např. závislosti na látkových substancích, nicméně s rozvojem celosvětové dostupnosti internetu stále narůstá. Lidé mezi sebou čím dál tím méně komunikují osobně, sociální kontakty se ztrácí a nahrazují je elektronické formy komunikace. V zahraničí se problematikou závislostí zabývá již přes dvacet let stále více autorů. Zajímavým využitím internetové sítě jsou hromadné počítačové on-line hry na hrdiny (Massive(ly)-Multiplayer On-line Role-Playing Game), hry o více hráčích.

Závislost na on-line hrách je dnes již rozšířeným fenoménem, přesto je tento typ závislosti prozatím celkem nový, proto se jím zatím mnoho studií nezabývá.

„Rizik, jež jsou spojené s častým nadužíváním internetu, je velké množství. Za celou skupinu somatických zmiňme např.: rizika spojená se sedavým způsobem života (obezita, cukrovka, vadné držení těla a onemocnění pohybového systému), špatná organizace času (nepravidelnost v jídle, nedostatek spánku), větší tendence riskovat a vyšší riziko úrazu (převážně tato kategorie souvisí s hraním počítačových her a s roztržitostí a únavou), nemoci očí atd. Ze sociálních problémů zmiňme např.: zhoršení mezilidských vztahů a úzkost ve vztazích, násilí v počítačových hrách zvyšuje agresivitu (sklon ke rvačkám, šikanování a posiluje nepřátelské naladění vůči světu). Hraní počítačových her může zhoršovat emoční i jiné duševní problémy.“ (Nešpor 2009)

V rámci této práce bych chtěl zmapovat oblast závislostního chování na internetu u dětí ve věku 11 až 15 let, zjistit prevalenci závislostního chování u žáků druhého stupně základních škol na MMORPG (Massive(ly)-Multiplayer On-line Role-Playing Game = Masivní hromadné on-line hry na hrdiny) a pojmenovat činnost, která má na internetu pro žáky vysoký závislostní potenciál.

II. TEORETICKÁ ČÁST

1. Závislost

Závislost je chronická choroba, která se rozvíjí v pozadí přirozené touhy člověka. Pro člověka je to způsob, jak prožít radost, euforii, slast více intenzivně a zároveň možnost, jak uniknout od nežádoucích pocitů jako je bolest nebo pocit samoty. (Kudrle, 2003)

Vedle látkových závislostí (závislost na alkoholu, drogách, lécích a dalších látkách) se objevují i závislosti nelátkové, mezi které patří např. workoholismus, gamblerství, a můžeme mezi ně zařadit i závislost na internetu. Znakem nelátkových závislostí je přítomnost ztráty sebeovládání, touha po druhu chování, které jedinec vnímá jako příjemné.

Podle Pančochy (2007) je závislost na internetu výhradně psychickou záležitostí.

1.1 Závislost na internetu - netholismus

Závislost na internetu může být provázena různými psychickými poruchami, jako jsou např. workoholismus, gamblerství, poruchy osobnosti apod. Jedincům s psychickou poruchou může internet poskytovat prostor pro jejich závislost. (Martin Pírko, z www.lupa.cz/clanky/zavislost-na-internetu-bluf-ci-realita/)

Závislostí na internetu se rozumí nadměrné používání internetu, které jedinci způsobuje potíže v osobních, školních, či pracovních záležitostech. Podle výzkumů však nejde obecně o závislost na internetu, ale na konkrétních internetových aplikacích nebo webových stránkách.

(z <http://poradna.adiktologie.cz/article/zavislost-na-internetu/>)

1.2 Příznaky a kritéria závislosti na internetu

Griffiths uvádí šest příznaků závislosti na internetu

- Důležitost- příslušná činnost se stává nejdůležitější věcí v životě jedince. Ovládá jeho myšlení. Jestliže se dotyčný dané akci právě nevěnuje,

přemýšlí o ní a uvažuje, jaké to bude, až ji zase bude provádět

- Změny nálady – Pokud se závislý na internetu připojuje, ihned se mění nálada. Jedinec pak pociťuje klid. Naopak se nálada zhoršuje, pokud svou oblíbenou činnost provádět nemůže
- Tolerance – stejně jako u jiných návykových látek vzniká stále vyšší tolerance, je tedy k uspokojení z činnosti třeba strávit na internetu více a více času
- Abstinenční příznaky – Vinou omezení nebo ukončení činnosti se objevují nepříjemné pocity, podrážděnost, nervozita nebo vztek.
- Konflikt – U nadměrného užívání internetu dochází ke konfliktu mezi lidmi v blízkém okolí a ke konfliktu vnitřnímu, kdy se dotyčný nemůže rozhodnout, zda pokračovat s akcí na internetu nebo činnosti zanechat a věnovat se např. práci.
- Recidivy – objevují se tendence znovu opakovat závislostní chování, i když s tímto vzorcem chování závislý nesouhlasí.

(Griffiths, 1998)

Jak uvádí Hahn (2001) Internetová závislost existuje, pokud se u uživatele projevuje alespoň jedna z pěti následujících kritérií

- Ztráta kontroly – uživatel značně ztrácí kontrolu nad počátkem a koncem užívání internetu, jedinec se nepokouší dobu strávenou u internetu nějak omezit, pokud ano, pak marně, a to i v případě, že si je vědom osobních a sociálních problémů
- Zvýšení tolerance – s postupem času tráví uživatel na internetu stále více času
- Příznaky deprivace – při dlouhodobém přerušení používání internetu se objevují jak psychické nežádoucí účinky jako nervozita, podrážděnost, agresivita, tak psychické, např. žádostivost, nutkání k opětovnému zahájení činnosti aktivit na internetu
- Negativní sociální důsledky – vinou aktivit provozovaných hlavně na internetu vznikají problémy na poli mezilidských vztahů, např. zlost na přátele, nesouhlas s rodinou

- Výkony se špatnými výsledky – na poli zaměstnání, práce nebo školní docházky se objevují negativní důsledky nadměrného užívání internetu, jako je nerespektování obecných povinností a pracovních úkolů (André Hahn a kol. 2001)

Markéta Maříková popisuje čtyři oblasti, které jsou podle odborníků postiženy vinou nadměrného používání internetu.

- Vztahy v rodině a s blízkými lidmi
- Práce, u dětí škola
- Zdraví
- Trestně právní oblast

(Maříková, dostupné z www.kafe.cz/sex-a-vztahy/psychologie/netholismus-zavislost).

Pančocha (2007) uvádí tři typy obtíží, se kterými se může potýkat jedinec závislý na internetu

- Obtíže fyzické – špatné držení těla, poškozování očí, obezita
- Obtíže psychické – špatná soustředěnost roztěkanost, pokles intelektových schopností
- Sociální obtíže – snížení výrazových prostředků, klesání schopnosti komunikovat s okolím

1.3 Typy závislostí na internetu

Internetoví uživatelé se mohou prostřednictvím webových stránek věnovat různým aktivitám a činnostem, jako jsou on-line hry o více hráčích, internetová komunikace, nebo návštěva stránek s pornografickým obsahem. Jakákoli aktivita z výše uvedených může v případě nadměrného užívání vést k závislosti.

1.3.1 Závislost na on-line hrách

Nejčastěji se jedná o hry na hrdiny o více hráčích. Závislý jedinec se do virtuálního světa přihlašuje až chorobně často. Jak uvádí Griffiths, on-line hry jsou navrženy tak, aby si vyžadovaly stále navyšující se hraní k docílení vyššího stupně k získání více zlata, zbraní, schopností a síly ve virtuálním světě. Na nejvyšších stupních musí hrát skupiny hráčů společně proti záludnostem, jít na nájezdy nebo tažení, která si mohou vyžádat deset i více hodin nepřetržitého hraní. Takoví jedinci hrají přes 70 hodin týdně. (Griffiths, 2004)

Společnost tuto závislost chápe spíše jako charakterový nedostatek než nemoc, ale tento typ závislosti je stejně nebezpečný jako závislosti látkové, má stejné sociální i zdravotní dopady. (z psychologie.doktorka.cz/zavislost-na-pocitacovych-hromadnych-online-hrach-/)

Tato porucha se často jako duševní porucha neuvádí, ale je velice důležité, aby ji ošetřující lékař u hráče rozpoznal a zeptal se pacienta na čas strávený hraním internetových her, pokud u něj zpozoruje deprese, úzkosti, poruchy spánku, případně problémy v práci nebo ve škole. (Griffiths, 1998)

1.3.2 Závislost na on-line komunikaci

Tímto typem závislosti bývají ohroženy osoby osamělé, úzkostné a depresivní. Komunikace prostřednictvím internetu pro ně bývá kompenzací sociálních interakcí. Pro závislé jedince na on-line komunikaci je tento typ sociálního kontaktu méně nebezpečný. Ohroženi jsou především jedinci s komplikovanými a problémovými mezilidskými vztahy.

(dostupné z poradna.adiktologie.cz/article/zavislost-na-internetu/proc-se-lide-stavaji-na-uzivani-internetu-zavisli)

Youngová zjistila, že aktivity ve skutečném čase jako je chat a hromadné domény, kde se ve virtuálním světě schází více jedinců za účelem sociálního kontaktu, mají větší závislostní potenciál. Hry a aplikace umožňují zůstat anonymní, umožňují vytvořit si novou vlastní identitu, která může málo

sebevědomým jedincům pomoci se prosadit ve svém vlastním světě. (Young, 1998)

1.3.3 Závislost na stránkách s pornografickým obsahem

Návštěvník stránek s pornografickým obsahem, který ztrácí kontrolu nad určitými sexuálními praktikami, je také závislou osobou. I zde se jedná o patologický vztah vedoucí ke schopnosti měnit nálady. Závislost má důsledky na celostní rozvoj osobnosti.

Pro závislé jedince se vyhledávání pornografie stává smyslem jejich života, protože pokud jedinec začne uspokojovat své sexuální potřeby prostřednictvím internetu, začnou tyto potřeby sílit.

(dostupné z http://technet.idnes.cz/zavislost-na-internetove-pornografii-droga-21-stoleti-pfl-/sw_internet.aspx?c=A050207_113602_sw_internet_eck)

2. Závislost na hromadných on-line hrách

2.1 Historie on-line her

Prapůvod těchto her vychází z deskových her na hrdiny (Dračí doupe aj.). Za počítačovou dobu a první hromadné on-line hry lze považovat tzv. MUDy (Multi User Dungeon)¹, což byly jednoduché hry, někdy i s textovou grafikou, které se v 80. letech hrály na univerzitních sítích a v prvních počátcích internetové sítě. Později se objevily jejich grafické varianty. Příkladem této varianty může být hra Meridian 51, která je obecně považována za jednu z prvních online her, která fungovala na komerčním principu. Kromě této hry existovaly i hry i jiné, často i s jednodušší grafikou, obvykle bývají volně přístupné a v České republice jsou naprosto neznámé.

Hrou, která proslavila hromadné on-line hry, byla Ultima Online, ta se objevila v roce 1997 a uchvátila desítky tisíc hráčů. Odhaduje se, že v dobách své největší hratelnosti měla tato hra možná až 500 tisíc hráčů – předplatitelů. Tento stav nyní už neplatí – především proto, že mimo hru Ultima Online je

¹ Multi User Dungeon – Hra o více hráčích odehrávající se v podzemí

dostupný velký počet dalších her na podobném principu, často s výrazně lepší grafikou. Ultima se totiž nehrála v 3D – z pohledu očí, jak je dnes oblíbené, ale v pseudo 3D pohledu, kdy na svého panáčka hledíte z výšky, v úhlu cca 45 stupňů. (dostupné z www.whalejet.com/historie-mmog-i-cast-prahistorie-a-ultima-online)

2.2 Druhy hromadných on-line her

MMORPG hrdinské online hry

Za nejznámější typ MMOG. RPG (Role playing game) je považována hra na hrdiny. Svět RPG je zcela vymyšlen a hráč se vžívá do postavy, která je v příběhu hry nějak důležitá. Hráč může činit rozhodnutí, jak a co udělá, a v neposlední řadě jestli bude mít zlé nebo dobré přesvědčení.

MMORTS strategické online hry

Hromadné on-line reálné strategické hry (MMORTS) jsou hry, které kombinují strategické myšlení několika hráčů. Hráči se často ztotožňují s rolí generála, krále nebo s jinou osobou, která vede vojsko do boje a dohlíží na množství a kvalitu zdrojů potřebných pro bojeschopnost své armády nebo mužstva. Názvy jsou často založeny smyšlené ze sci-fi nebo fantasy vesmíru.

Na rozdíl od žánru hrdinských on-line her (MMORPGs) je žánr hromadných reálných strategií (MMORTS) stále ještě nováčkem s několika málo aktivními hrami, žádný z nich nepochází od velkého vydavatele. Vibrafon, vývojářský tým z Francie, vytvořil první reálnou strategii v roce 1998. Hra nese název Lidstvo (Mankind), je navržena tak, aby průběh hry přirozeně přetrvával. Dokonce, i když hráči nejsou ke hře připojeni, jejich doly těží rudu, továrny vyrábějí zařízení, lodě obchodují a bojové jednotky válčí.

MMOSG sportovní online hry

Z hromadných on-line her jsou sportovní on-line hry žánrem, kde hráči mohou soutěžit v některých z tradičních velkých kolektivních sportů jako je fotbal, basketbal, baseball, hokej, golf nebo americký fotbal. Tituly, které jsou kvalifikované jako sportovní online hry, byly vyráběny přibližně od počátku

tohoto tisíciletí, ale teprve nedávno se začaly transformovat do některých prvních lig, sdružení a hráčů. Mezi tyto tituly patří např. hry NHL a FIFA.

MMOR závodní online hry

V současné době existuje jen malý počet závodních on-line her. Mezi nejvýznamnější hry tohoto typu patří hry Katr Doder, U shift StrikeRacer, Test Drive Unlimited, projekt Momentové, Drift City a nadčasová Need for Speed: World Online.

Hra Trackmania je považována za největší MMOG závodního typu a je držitelem světového rekordu v kategorii „Nejvíce hráčů v jednom on-line závodě.“.

Za zmínku také stojí, že do kategorie MMOR patří hry založené na soubojích v závodním prostředí, např. hra Darkwind: Válka na kolech.

MMORG rytmičné online hry

Hromadné rytmičné on-line hry, někdy nazývané také jako hromadné on-line taneční hry, jsou hromadné hry, které jsou zároveň hudebními videohrami. Takto myšlenka byla ovlivněna hrou Dance Revolution. Hra Audit ion On-line je další rytmičná online hra, která byla vyrobena, světovým prodejcem her, studiem T3 Entertainment.

Existují i další typy hromadných online her. Za zmínku určitě stojí manažerské on-line hry, kde hráč přebírá kontrolu nad lidmi (The Sims Online). Naopak reálné světové simulační on-line hry jsou navrženy tak, aby přesně navozovaly některé aspekty reálného světa. Jsou obvykle velmi specifické pro odvětví nebo činnosti velkého rizika a obrovského potenciálu ztráty, jako je např. raketová věda. (dostupné z flashgameesspot.com/cs/play-free-online/history-flash-games)

2.3 Závislost na on-line hrách

Roku 1999 Youngová uvádí, že se v průběhu několika posledních let objevily případy internetové závislosti. Symptomy jako posedlé myšlení o internetu, neschopnost přestat internet používat apod. byly označeny jako nezdravé užívání internetu. (Young, 1999)

Uživatelé zapojení do on-line her snadno objevují nové možnosti, nahrazují si u her to, co nemají, nebo nemohou najít ve svém životě a únik do světa on-line her se odkazuje na oddělení se od stresu, problémů a odpovědností běžného života. Lidé, jež se považují za nudné a plaché jedince v reálném životě, se mohou v kyberprostoru stát vtipnými a sebevědomými. (Young, 1998)

S dostupností 3D grafiky vznikla možnost reálného zobrazení virtuálního prostoru, ve kterém se hráči pohybují. Na rozdíl od tradičních videoher, které v nějakém bodě končí a tím se stávají opakovanými a nudnými, jsou on-line hry nekonečné, protože hlavním rysem je soustava cílů a úspěchů. Během hry se charakter herní postavy vylepšuje. Sociální kontakt v on-line hrách je nezbytný, aby hráč dosáhl úspěchu, musí se přidat k nějakému společenství hráčů k dalšímu postupu ve hře. (Brian and Wiemer-Hastings, 2005)

Spolu se závislostí se u hráče dostavují i další zdravotní problémy a symptomy. Abramson a kol. popisuje jakýsi řetězec symptomů, které rozlišuje na distální a proximální – na symptomy, které jsou na počátku a na konci tohoto řetězce. Na počátku řetězce jsou rozvíjeny úzkostné příznaky včetně rychlého srdečního tepu, pocení, sucha v ústech apod., na konci řetězce jsou zřejmé příznaky jako je stres, nedostatek spánku, srdeční arytmie, paranoia aj. (Abramson a kol., 1989)

3. Prevence závislostního chování

„Primární prevencí nazýváme aktivity a intervence směřující k předcházení užívání návykových látek u osob, které ještě s drogou nejsou v kontaktu.“ (Trapková, 2004)

Slovem prevence označujeme opatření, která mají funkci včasné obrany či ochrany. Jejím cílem je předcházet nemoci a jiným jevům před jejím vznikem. Po vzniku nemoci se uplatňuje sekundární prevence, jejím cílem je zabránit nemoci a vzniku poškození organismu. Pokud již nemoc způsobila poškození, hovoříme o terciární prevenci. Jejím cílem je předejít dalším škodám.

Prevence rizikových projevů chování a především protidrogová prevence v oblasti základního školství se zaměřuje především na komplexní strategie a specifické přístupy. Jsou kladeny vysoké požadavky na odborné znalosti pedagogů a lektorů primární prevence z hlediska pedagogicko psychologických znalostí, adiktologie, psychologie vývoje a osobnosti, psychopatologie, sociologie, psychiatrie a dalších. V rámci preventivních programů by měly být ve školách diferencovány preventivní přístupy zejména vzhledem ke struktuře osobnosti dětí a k jejich specifickým potřebám, založené na teoretickém podkladě vycházejícího z komplexního pojetí biologických, vývojových, sociálních, kognitivních i klinických přístupů.

Prevence (dle WHO) Světová zdravotnická organizace (WHO) prevenci definuje jako soubor určitých intervencí s cílem snížit či úplně zamezit výskytu a šíření škodlivosti účinků užívání alkoholu a nealkoholových drog. WHO rozlišuje tři druhy prevence:

- primární prevence: předcházení užití u osob, které dosud nejsou s návykovou látkou v kontaktu;
- sekundární prevence: předcházení vzniku a rozvoji závislosti u osob, které již návykové látky užívají;
- terciární prevence: předcházení vážnému nebo trvalému zdravotnímu nebo sociálnímu poškození v souvislosti s užíváním návykových látek

(dostupné z

<http://www.odrogach.cz/index.php?p=&sess=&disp=texty&offset=101&list=101&shw=100002>)

Primární prevence zahrnuje veškeré aktivity realizované s cílem předejít problémům spojených s užíváním návykových látek, případně oddálit první kontakt s onou látkou.

Efektivní primární prevence je odbornou veřejností akceptovaná úroveň poskytovaných služeb, která splňuje zásady efektivní primární prevence a která umožňuje dosáhnoutí maximální kvality a efektivity preventivního působení s cílem předcházet problémům a následkům souvisejících se vznikem závislosti a dalších navazujících problémů.

3.1 Typy primární prevence

Cílem primární prevence je předcházet nemoci před tím, než vznikne. Hlavními zásadami PP je předejít užívání návykových látek včetně alkoholu a tabáku, případně předejít nežádoucímu chování směřujícímu k nelátkovým závislostem, nebo alespoň posunout setkání s návykovými látkami, snížit nebo zastavit experimentování s látkami i ostatními subjekty které mohou závislost vyvolávat (pokud k němu už dochází, a předejít tak různým zdravotním poškozením včetně závislosti, které by vyžadovaly léčbu).

Primární prevenci dělíme na 3.podskupiny

- všeobecná primární prevence - určená celé populaci, např. všem dospívajícím v určité oblasti
- selektivní primární prevence – má za cílovou populaci děti a dospívající se zvýšeným rizikem, kteří ještě návykové látky neužívají, nebo se u nich neobjevuje nežádoucí chování vedoucí k nelátkovým závislostem
- indikovaná primární prevence – určena těm osobám, u kterých není možné diagnostikovat škodlivé užívání nebo látkovou či nelátkovou závislost, ale kteří vykazují varovné známky užívání návykových látek

Preventivní aktivity se mohou zaměřovat na:

- celou populaci (např. využití masových médií ve vzdělávání široké veřejnosti)
- na komunity (např. iniciativy a programy ve školách zaměřené na většinu studentů a mladých lidí)
- primární prevence se může také zaměřovat na ohrožené jedince - jako jsou např. děti ulice, mladí lidé, kteří opustili školu, děti závislých rodičů atd.

Primární prevence obsahuje tyto hlavní složky:

- vytváření povědomí a informovanosti o drogách a o nepříznivých zdravotních a sociálních důsledcích, se zneužíváním drog spojených (drogové uvědomění)
- podporu protidrogových postojů a norem
- posilování prosociálního chování v protikladu k zneužívání drog a jiných látek způsobujících závislost a posilování jednotlivců i skupin v osvojování osobních a sociálních dovedností potřebných k rozvoji protidrogových postojů a postojů proti nežádoucímu chování a podporování zdravějších alternativ, tvořivého a naplňujícího chování a životního stylu bez návykových látek

Primární (proti)závislostní prevenci dělíme na dvě skupiny:

- Nespecifická Primární prevence (non specific prevention, indirect approaches) tvoří nedílnou součást prevence a jejím obsahem jsou všechny techniky umožňující rozvoj harmonické osobnosti, včetně možnosti rozvíjení nadání, zájmů a pohybových a sportovních aktivit. Zahrnuje veškeré aktivity nemající přímou souvislost např. se zneužíváním návykových látek, šikanou, xenofobií atd. Jedná se o aktivity, které obecně napomáhají snižovat riziko vzniku a rozvoje jakýchkoli nežádoucích forem chování a to prostřednictvím lepšího využívání a organizace volného času. Znamená to, že mají určitý obecný protektivní potenciál (jako např. sportovní aktivity, kroužky při školách a školských zařízeních či lidových školách umění atd.)

- Specifická primární prevence (specific primary prevention, direct approaches), je zaměřená specificky na určitou formu nežádoucího chování, kterému se snaží předcházet nebo omezit jeho nárůst (případně snížit výskyt).

Zásady efektivní primární prevence:

- a) kombinace mnohočetných strategií působících na určitou cílovou skupinu (škola, rodina, vrstevníci, masmédia)
- b) kontinuita působení a systematičnost plánování (jednorázové aktivity nejsou efektivní)
- c) cílenost a adekvátnost informací i forem působení vzhledem k cílové populaci
- d) propojenost prevence zneužívání ilegálních drog a těkavých látek s prevencí problémů působených alkoholem a tabákem
- e) včasný začátek preventivních aktivit
- f) pozitivní orientace

Využívá se KAB modelu (knowledge, attitude, behavior - orientuje se nikoliv pouze na úroveň informací, ale především na kvalitu postojů a změnu chování a peer prvků). Cílem prevence je ovlivnit chování. V prevenci je účinné podporování sebedůvěry, aktivity a hodnotných zájmů, zaměření se na změnu postojů a chování, živé (interakční) učení, využívání směřodatných vzorů, pokud možno z blízkého okolí, otevřená, hodnotně moderovaná diskuse.

Neúčinné je odstrašování, triviální „Prostě řekni ne“, jednorázové akce zaměřené jen na poznatky, neosobnost, formalismus, využívání ex-userů nebo aktivních uživatelů, amatérismus realizátorů, náhodný výběr "specialistů" neškolených v primární prevenci.

3.2 Specifická primární prevence

Specifickou primární prevencí rozumíme takové aktivity, které se zaměřují přímo na „primární prevenci užívání návykových látek nebo nežádoucího chování“ - programy zaměřené již specificky na určitou formu sociálně-patologického chování. Zaměřením se snaží najít způsob, jak předcházet výskytu určité specifické formy takového chování.

všeobecná primární prevence

- se zaměřuje na běžnou populaci dětí, dospívajících a dospělých bez dalšího dělení na méně či více rizikové skupiny.

selektivní primární prevence

- se zaměřuje na skupiny osob, u kterých jsou ve zvýšené míře přítomny rizikové faktory pro vznik závislostí a jejich sociálně nežádoucích jevů, jsou více ohrožené než jiné skupiny populace

indikovaná primární prevence

- je zaměřená přímo na jedince, u kterých jsou ve zvýšené míře přítomny rizikové faktory pro vznik závislostí a jiných sociálně nežádoucích jevů, jsou více ohrožené než jejich vrstevníci a jiné osoby běžné populace

3.3. Nespecifická primární prevence

Nespecifickou primární prevencí rozumíme takové aktivity, které podporují zdravý životní styl, které ale nemají přímou souvislost s užíváním návykových látek nebo nežádoucím chováním vedoucím ke vzniku závislostí. Jedná se o aktivity, které napomáhají snižovat riziko vzniku a rozvoje sociálně-patologických forem chování. Patří sem zájmové kroužky (např. kroužky při školách a školských zařízeních či lidových školách umění), dále jsou to například sportovní aktivity, programy zaměřené na zlepšení životního stylu, apod. (dostupné z <http://www.odrogach.cz/index.php>)

4. Profil žáka druhého stupně základních škol

4.4 Psychologický profil žáka druhého stupně základní školy

Dítě ve věku od 11 do 15 let prochází obdobím pubescence, tedy obdobím pohlavního dospívání. V tomto období si dítě uvědomuje svou identitu mnohem hlouběji a hledá svou vlastní osobitost a cestu. V pubescenci dochází u dětí ke zvýšení intelektu, rozšiřují se jejich vědomosti a zdokonalují dovednosti. Dobré výsledky ve škole podporují budování jistoty a překonání pocitů méněcennosti. V opačném, tedy nepříznivém případě se může pocit méněcennosti a nejistota prohlubovat.

V období pubescence probíhají výrazné a podstatné biologické změny. Samotná tělesná proměna může vychýlit psychickou rovnováhu. Vyrovnat se se změnami často není snadné. Mnoho dětí v tomto věku vnímá tyto změny negativně, jsou neklidné a mají obavy. Obraz vlastního těla a zevnějšku je součástí sebehodnocení, výrazné až pronikavé změny mohou vést k otřesení jistoty. (Čáp, Mareš, 2007, str. 58)

Langmeier a Krejčířová uvádí hlavní psychologické charakteristiky období dospívání, označují ho jako období bouří a krizí. Pro toto období jsou charakteristické změny nálad a postojů. Objevují se potíže s koncentrací a s nimi spojené výkyvy ve školním prospěchu. Mohou se objevovat poruchy spánku či chuti k jídlu. Děti proto často přemýšlí o svých vnitřních konfliktech a utíkají do svého soukromého citového světa nebo denního snění, jež je odvádí od reality. Jedinec je nucen volit si základní formy osobní existence.

Mezi jedenáctým až patnáctým rokem pokračuje vývoj především vizuálního vnímání, souvisícího s abstraktním myšlením. Pokračuje vývoj řeči, roste slovní zásoba a schopnost složité větné stavby a výrazové schopnosti. Od 12. roku většina dětí dosahuje vyššího stupně logického myšlení. V 15. roce dosahuje svého vrcholu vývoj inteligence.

Schopnost formálních operací umožňuje nový způsob morálního hodnocení, jedinec je schopen mravních soudů, které berou ohled na ostatní. Nový způsob myšlení umožňuje sledovat své pocity a myšlenky jakoby zevnějšku a poté je analyzovat a posuzovat. (Langmeier, Krejčířová, 2006, str. 147, 148)

Říčan uvádí nový jev objevující se v pubescenci – myšlení o myšlení. Jedinec nyní uvažuje nejen o skutečnosti, ale i o svých úsudcích. Formální operace umožňují myslet o neskutečném a neexistujícím „kdyby“. Tato schopnost umožňuje i mravní posuzování toho, jak jednají dospělí, dokáže uvažovat o předpokladech a hypotézách a tím uvádět myšlenky v různých souvislostech. Nový způsob myšlení může způsobovat kritičnost a nespokojenost, zklamání nebo pesimismus. (Říčan, 2004, str. 175)

3.2. Sociologický profil žáka druhého stupně základní školy

Čáp a Mareš popisují období pubescence jako období začleňování osobnosti do společnosti, tento proces je v tomto období důležitým úkolem. Mladistvý navazuje širší a trvalejší kamarádké vztahy, získávají zkušenosti v sociální interakci a komunikaci s vrstevníky, učí se navazovat vztahy, učí se vcítovat do druhých a pohlížet na potřeby ostatních, spolupracovat s nimi a vztahy udržovat.

V období mezi osmi až třinácti lety se u dívek i chlapců projevuje pečovatelské chování k malým dětem. Objevuje se zvýšený zájem o ně a o hru s nimi, jedinci jsou ochotní pomáhat v péči o ně.

„Pravděpodobně jde o instinktivní projev, který může plnit důležitou funkci psychické přípravy pro budoucí rodičovství. Za příznivých podmínek – kdy je v rodině mladší sourozenec, malé dítě je v sousedství apod. – má mladistvý možnost získat radostné emoční zkušenosti v komunikaci s dítětem, osvojuje si postoje a dovednosti, které se ukážou později užitečné pro zvládnutí rodičovské role.“ (Čáp, Mareš, 2007, str. 232)

Čáp a Mareš dále poukazují na silnou motivaci ke komunikaci se zvířaty v období puberty. Kontakt se zvířetem jistým způsobem doplňuje komunikaci s lidmi. Tento kontakt také pomáhá rozvíjet schopnost vcítění se do druhých, empatie a péče. (Čáp, Mareš, 2007, str. 233)

Podle Říčana u dítěte ve věku pubescenta klesá závislost na rodičích. V tomto období dítě prochází osamostatňováním, které může být i bolestné, protože si jedinec uvědomuje, že se loučí s dětskou loajalitou k rodičům. Ve vztahu k ostatním převládá kritika, objevuje se i zloba a nenávisť.

Vztah s vrstevníky má stále větší vliv. Dítě v pubertě touží po věrném kamarádovi, se kterým potom tráví mnoho času. (Říčan, 2004, str. 185)

Vedle uvolňování závislosti na rodičích probíhá začleňování do skupiny vrstevníků. Mladistvý jedinec hledá přijetí ve skupině lidí, kteří mají stejné, nebo podobné problémy. Mladistvý se tak může identifikovat se skupinou vrstevníků, přejímat jejich názory a normy i způsob chování a vyjadřování. Může se ukázat, že uvolnění od závislosti na rodičích vede k jiné závislosti, a to k závislosti na skupině vrstevníků. (Čáp, Mareš, 2007, str. 234)

Langmeier, Krejčířová popisují pět stupňů rozšiřování vztahů. Tyto stupně nenastupují u všech ve stejné době ani ve stejném pořádku, mnohdy se tato období mohou i překrývat.

- Skupinová izosexuální fáze – sklon k vytváření skupin složených z jedinců stejného pohlaví. Děti v této skupině jsou spojovány jak společnými zájmy, tak silným společným přáním sdružovat se.
- Individuální izosexuální fáze – potřeba intimního párového přátelství, tedy užší emoční vztah k důvěrnému příteli, jež dovoluje vyměňovat si vlastní pocity a osobní zkušenosti
- Přechodná etapa – zájem o druhé pohlaví, často ale chlapci a dívky zůstávají ve skupině a projevují zájem jen na dálku
- Heterosexuální fáze polygamní – skutečné vztahy dívek a chlapců, zprvu modelován podle vzoru vztahů k jedincům stejného pohlaví
- Etapa zamilovanosti – vztah jedince k druhému pohlaví, v kladném případě vyústěn v hlubokou vázanost (Langmeier, Krejčířová, 2006)

Během styku s druhými lidmi jedinec přejímá různé sociální role. Tato role zahrnuje určité povinnosti a způsoby chování, které jsou od onoho jedince očekávány. Dítě a mladistvý postupem času přijme požadavek druhých jedinců

nebo skupin a poté chce tento požadavek a normu dodržovat a řídit se rolí. Toto je velice důležitý moment ve vývoji osobnosti, jejího charakteru, morálních aspektů a svědomí. (Čáp, Mareš, 2007, str. 57,58)

Dítě a zátěž

V životě se každý jedinec neustále setkává se zátěží a učí se ji zvládat. Pokud působí mimořádná zátěž, reakce na ni začíná poplachovou reakcí. Během té se vyplavují hormony, které mají pomoci tělu k zvládnutí zátěže. Pokud toto k zvládnutí stresu nestačí, nastává fáze rezistence, tehdy je tělo připravováno na dlouhodobé odolávání stresu.

Ludmila Stuchlíková uvádí tři strategie zvládání stresu.

- Orientace na řešení problému
- Orientace na zvládnutí emocí
- Únikové reakce – např. užívání uklidňujících látek, popírání vzniklé situace, únik do nemoci apod. (Stuchlíková a kol., 2005, str. 23 – 30)

Tyto strategie bývají efektivní, je třeba se naučit technikám, jak je realizovat. Emoční inteligence těmto technikám napomáhá, např. Získáváním sociální opory, předvídáním případných negativních důsledků.

Stuchlíková dále popisuje čtyři způsoby regulací emocí:

- Vyhybání, nebo naopak vystavování se situaci, která emoci vyvolává
- Modifikování situace - přímým zásahem nebo věnováním pozornosti jen některým aspektům situace
- Kognitivní změna – přehodnocení situace z hlediska osobního významu
- Modulace odpovědi – pokud se emoce rozvine, lze ovlivnit její projev

Při snaze o zvládnutí stresu může být náhradou požití uklidňujících látek právě útěk do virtuálního světa, kde se dítě nesetkává s problémy běžného a skutečného života, ale kde může dle svého přání a fantazie prožívat vše, co mu není ve skutečném životě umožněno. V tomto světě je daleko od běžných starostí a problémů, od situací, které vyvolávají negativní emoce.

3.4 SURPS

Rizikové chování žáků je takové chování, kdy nakonec dochází k nárůstu zdravotních, sociálních, výchovných a dalších rizik pro samostatného jedince nebo pro společnost.

Existují metody, jak rizikové chování rozpoznat, případně mu předejít. Jednou z nejznámějších metod je nástroj SURPS.

Nástroj SURPS (Substance Use Risk Profile Scale) je škálou osobnostních rysů, která představuje rizika z hlediska užívání návykových látek. Tento nástroj má pomoci odborníkům vyhledávat jedince s pozitivním vztahem s různými formami rizikového chování.

Dotazník SURPS je metodou, jak změřit čtyři osobnostní rysy:

- Negativní myšlení, také beznadějnost nebo skleslost neboli pocit, že jedinec nezažívá a ani v budoucnu nezažije kladné emoce, se vyskytuje u závažných depresivních poruch a epizod. Chlapci a dívky s naměřeným vysokým skóre negativního myšlení mají slon užívat návykové látky, které mohou negativní myšlení posilovat, jako jsou analgetika nebo alkohol.
- Přecitlivělost, která, je-li vysoká, je faktorem pro rozvoj panické úzkosti nebo panické poruchy. Přecitlivělí jedinci mají sklon k užívání sedativ a k poruchám spojeným s konzumací alkoholu.
- Impulzivita je druhem rizikového chování, kdy jedinec provádí okamžité akce bez zábran a přílišného uvážení. Impulzivita je spojena se vznětlivostí, citovou nestálostí a nedostatkem sebeovládání. Vinou neschopnosti dostat pod kontrolu své chování se mládež uchyluje k užívání alkoholu a dalších návykových látek.
- Vyhledávání vzrušení je chápáno jako vyhledávání a zapojování se do vzrušujících aktivit, jež jsou spojeny s představou nebezpečí. Chlapci a dívky dosahující vysokých skóre se často potýkají s experimentálním a nekontrolovatelným užíváním návykových látek. (Dolejš, M., Miovský, M., Řehan, V., 2010, str. 5 – 21)

„Teoretický koncept dotazníku je tvořen myšlenkou, že užívání, zneužívání návykových látek umožňuje uživateli dosáhnout pozitivního (ve formě požitkářských a hédonických účinků) nebo negativního posílení (ve formě odstranění negativních psychických, fyzických a sociálních problémů a stavů, které užívání návykových látek přináší.“

(Dolejš, M., Miovský, M., Řehan, V., 2010, str. 5)

Měření osobnostních rysů je metodou typu „tužka/papír“. Autoři testové příručky SURPS doporučují některá pravidla, jimiž je dobré se během testování a příprav na ně řídit. Mezi taková pravidla administrace patří např. stanovení doby pro vyplnění dotazníku, způsob, jak předat pokyny k vyplňování dotazníku a jak mají respondenti na otázky odpovídat, jak zajistit správné testové podmínky apod.

V každé otázce respondent hodnotí své chování a postoje ve čtyřstupňové hodnotící škále (nikdy, zřídka, často, velmi často). Pokud respondent dosáhl hodnoty „často“ nebo „velmi často“ v každém z pěti oddílů (důležitost, změny nálady, tolerance, konflikt, časová omezení), vykazuje známky závislostního chování na internetu. Respondenti, kteří dosáhli v oddíle zabývajícím se konfliktem společně s třemi dalšími oddíly hodnoty „často“ nebo „velmi často“, vykazují znaky ohrožení závislostním chováním na internetu.

III. VÝZKUMNÁ ČÁST

1. Cíle výzkumu a výzkumné otázky

Cíle výzkumu je zjistit:

- 1) Prevalenci závislostního chování na MMORPG v dané populaci.
- 2) Závislostní potenciál jednotlivých činností na internetu.
- 3) Souvislosti dle
 - a) sociodemografických údajů
 - b) screeningové metody SURPS
 - b) dle experimentů s NL

Výzkumné otázky

O₁: Jaká je prevalence závislostního chování na MMORPG v dané populaci?

O₂: Má MMORPG větší závislostní potenciál než jiné užívání internetu?

O₃: Mají žáci, kteří vyhledávají větší míru „vyhledávání zážitků“ větší sklony k hraní MMORPG?

O₄: Mají žáci, kteří hrají MMORPG, více zkušeností s návykovými látkami než žáci, kteří MMORPG nehrají?

O₅: Mají žáci možnost jiného využití volného času v místě svého bydliště než hraní MMORPG?

2. Sběr a zpracování dat

Školy byly do výběrového souboru zapojeny po předchozí spolupráci v rámci primární prevence. Ve výběru jsem upřednostnil školy, s jejichž vedením jsem se v minulosti osobně seznámil v pozici lektora Primární prevence.

Žáci byli do výzkumného souboru vybráni metodou institucionálního skupinového záměrného výběru. Při sestavování výzkumného souboru byl kladen důraz na zastoupení všech ročníků (6.-9. ročník) stejným počtem tříd.

Nástrojem pro sběr dat byl dotazník, který byl respondentům předán osobně za pomoci zapojení školních metodiků prevence jednotlivých škol. Respondenti poskytli své údaje a zodpověděli otázky s vědomím, že tyto informace budou dále zaznamenány a zpracovány a že jejich anonymita je zajištěna. Vyplnění dotazníku bylo založeno na dobrovolnosti, s tím bylo spojeno také právo některé otázky nezodpovědět.

Sesbíraná data jsem zakódoval a přepsal do počítačového programu SPSS (každá odpověď respondenta měla svůj specifický kód). Jednotlivé části dotazníku byly vyhodnoceny dle specifických kritérií (např. demografické údaje jsem vyhodnotil popisně statistickou statistikou, u diagnostických kritérií závislostního chování jsem počítal údaje jednotlivých skóre, část dotazníku týkající se IAD byla vyhodnocena dle diagnostických škál IAD).

2.1 Konstrukce dotazníku

Použitým nástrojem byl dotazník (viz. příloha č.1), který je sestaven z následujících oblastí. Jedná se o demografické údaje žáků (věk, pohlaví, velikost obce v místě bydliště, přístup na internet). Další část dotazníku mapuje míru závislosti na MMORPG. Poslední částí dotazníku jsou otázky screeningové metody SURPS, která měří čtyři základní osobnostní charakteristiky jenž mohou sloužit jako prediktory rizikového chování u adolescentů. Jedná se o impulzivitu, vyhledávání zážitků, úzkost, skleslost. V dotazníku je také zahrnuta část mapující zkušenosti s návykovými látkami u respondentů.

Předpokládaná velikost dotazníku je dvacet jedna otázek s podotázkami, 4 strany velikosti formátu A4.

Dotazník byl žákům předložen v tištěné podobě a obsahoval úvodní část ve které byl uveden popis výzkumu a jeho funkce a instrukce pro vyplnění dotazníku.

Po sestavení dotazníku byl dotazník otestován u žáka 6.ročníku a formulace otázek byla upravena dle potřeb cílové skupiny respondentů. Dotazník jsem také následně upravoval po pilotním odzkoušení vyhodnocování dat, jenž jsem provedl před samotným sběrem dat u náhodně vybrané třídy druhého stupně ZŠ.

2.2 Etická část

Informování byli ředitelé škol, třídní učitelé a rodiče žáků. Rodiče, případně jiní zákonní zástupci žáků podepsali souhlas s anonymním zpracováním údajů jejich dětí (viz. příloha č. 2), souhlasy a nezbytné informace předali třídní učitelé na rodičovských schůzkách. Písemný souhlas obsahuje název diplomové práce, cíl výzkumu (účel diplomové práce) a kontaktní údaje.

V úvodní části každého dotazníku byl uveden krátký popis výzkumu, jeho funkce a kontaktní údaje tazatelů.

3. Výzkumný soubor

Výběrový soubor tvoří 24 tříd, což je 609 oslovených respondentů. Výzkumný soubor (soubor žáků, kteří vyplnili dotazník) tvoří celkem 532 respondentů, 74 žáků odmítlo dotazník vyplnit nebo v den sběru dat nebyli přítomni ve škole, 3 respondenti byli ze souboru odebráni na základě kontrolní otázky.

Tabulka č. 1 – Popis souboru

Název souboru	Počet respondentů	Počet respondentů v %
Výběrový	609	100%
Výzkumný	532	87,63%

Výběrový soubor obsahuje 609 žáků, 24 tříd (6 tříd v ročníku), 4 ročníky (6.-9.ročník). Spolupráci jsem navázal se třemi základními školami na okresech Kolín a Kutná Hora a nižším stupněm víceletého gymnázia v Kolíně.

1 Pohlaví

Pohlaví respondentů výzkumného souboru znázorňuje tabulka č. 2, obě pohlaví byla zastoupena stejnou mírou.

Tabulka č. 2 – Gender rozdělení výzkumného souboru

Pohlaví	Počet respondentů	Počet respondentů v %
Chlapec	265	49,81%
dívka	267	50,19%

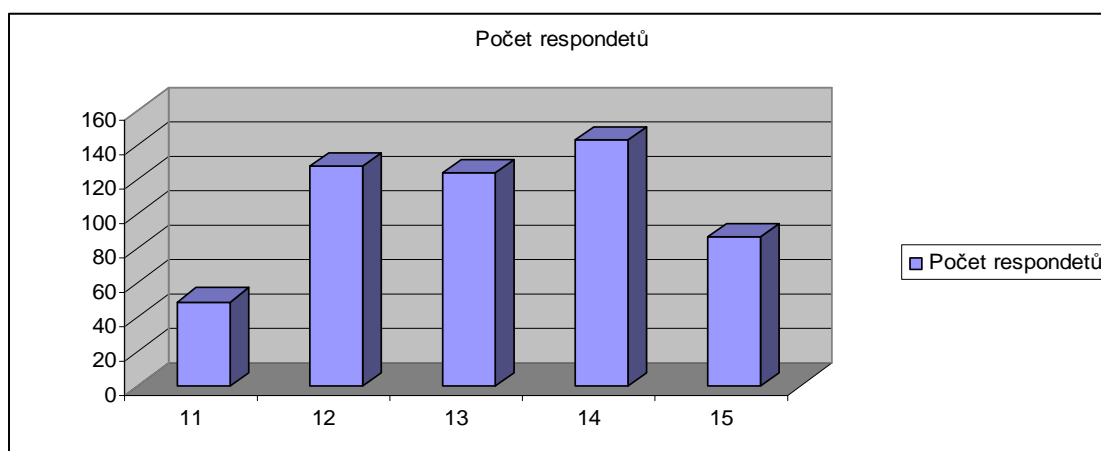
2 Věk

Věk uvedlo 534 respondentů. Průměrný věk je 13,17 let. Nejčastější vyplněná hodnota je 14 let, vyplnilo jí 143 žáků. Tabulka č. 3 uvádí počty respondentů zastoupeny v jednotlivých kategoriích, které jsou přehledně zobrazeny v grafu č. 1.

Tabulka č. 3 – Věkové kategorie respondentů výzkumného souboru

Věkové kategorie	Počet respondentů	Počet respondentů v %
11 a méně	49	9,23
12	128	24,11
13	124	23,35
14	143	26,93
15 nebo více	87	16,38

Graf č. 1 - Věkové kategorie respondentů výzkumného souboru



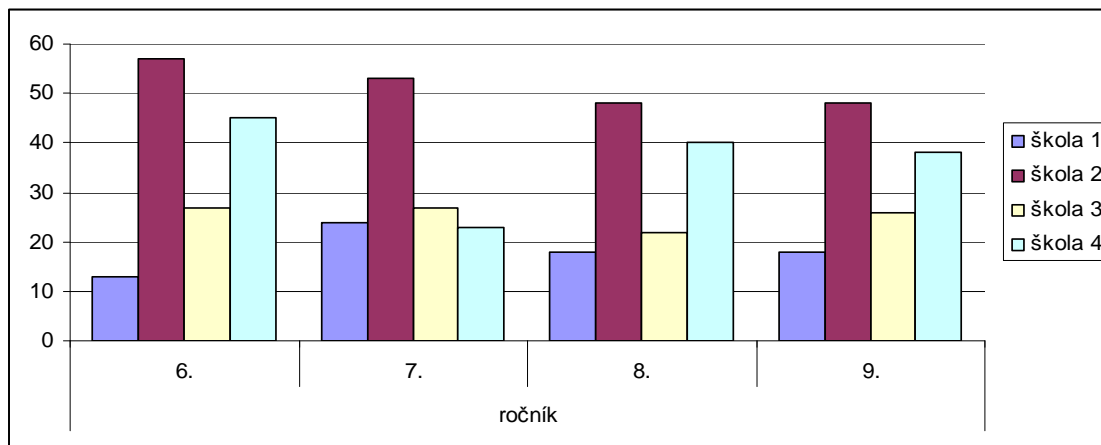
3 Školní ročník

Otázku týkající se školního ročníku zodpovědělo 527 z 532 respondentů. V tabulce č. 4 jsou zobrazeny počty žáků v jednotlivých ročnících dané školy a procentuelní vyjádření počtu všech respondentů, kteří otázku zodpověděli.

Tabulka č. 4 – Počet respondentů zastoupených ve školních ročnících

		ročník				Počet respondentů celkem	Počet respondentů v %
		6.	7.	8.	9.		
škola	1	13	24	18	18	73	13,85
	2	57	53	48	48	206	39,09
	3	27	27	22	26	102	19,35
	4	45	23	40	38	146	27,70
pohlaví	chlapec	68	56	76	61	261	49,52
	dívka	74	71	52	69	266	50,47
Počet žáků		142	127	128	130	527	100,00
Počet žáků v %		26,69	23,87	24,06	24,44	100,00	100,00

Graf č. 2 - Počet respondentů zastoupených ve školních ročnících



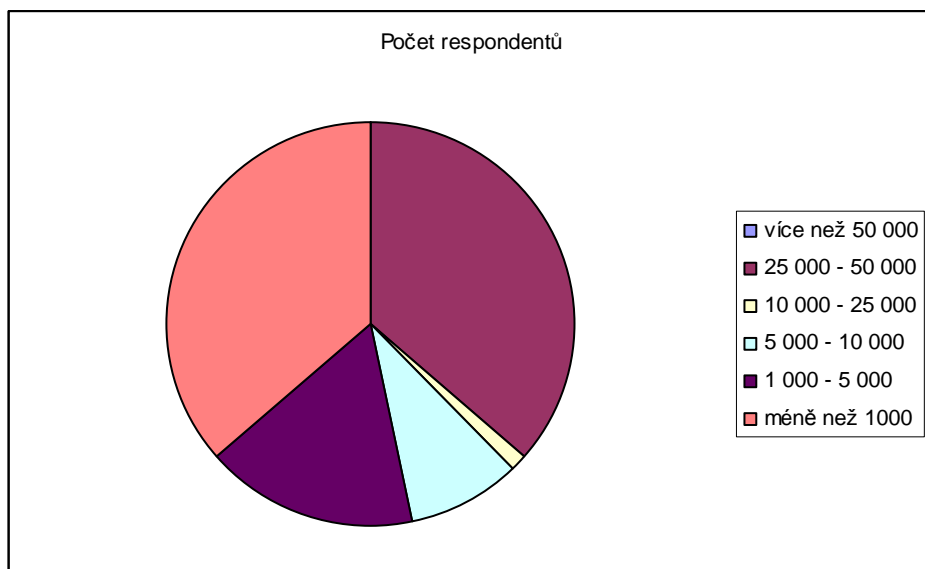
4 Počet obyvatel

Na otázku odpovědělo 524 žáků, kde uvedli v jak velkém městě žijí. Nejvíce je zastoupena kategorie 25 000 – 50 000 obyvatel v okresních městech a kategorie méně než 1000 obyvatel, jež značí sběr dat u žáků, kteří bydlí na vesnicích a malých městech. Přehledně tyto údaje interpretuje tabulka č. 5 a graf č. 3.

Tabulka č. 5 – Počet obyvatel v místě bydliště respondentů výzkumného souboru

Počet obyvatel	Počet respondentů	Počet respondentů v %
více než 50 000	0	0,00
25 000 - 50 000	191	36,45
10 000 - 25 000	7	1,34
5 000 - 10 000	47	8,97
1 000 - 5 000	89	16,98
méně než 1000	190	36,26

Graf č. 3 – Počet obyvatel v místě bydliště respondentů výzkumného souboru



4. Výsledky výzkumu

4.1. Základní sociodemografické srovnání hráčů MMORPG s nehráči MMORPG

Z výzkumného souboru byl vytvořen, výzkumný soubor jež tvoří 71 žáků, kteří splnili diagnostická kritéria závislosti na MMORPG.

Pohlaví

Tabulka č 6 udává počty hráčů MMORPG a nehráčů MMORPG rozděleny z hlediska pohlaví. Z procentuelního popisu jasně vyplývá, že více hraje MMORPG chlapci než dívky.

Tabulka č. 6 – Srovnání hráčů MMORPG a nehráčů MMORPG dle pohlaví

	Není hráč MMORPG		Hráč MMORPG	
Pohlaví	Počet	Počet v %	Počet	Počet v %
Chlapec	202	43,80	63	88,70
Dívka	259	56,20	8	11,30

Věk a školní ročník

Z tabulky č. 7 je zřejmé, že největší procento hráčů MMORPG je zastoupeno v osmém ročníku což je shodné s věkem respondentů, který je 14 let.

Tabulka č. 7 – Srovnání hráčů MMORPG a nehráčů MMORPG dle věku a ročníku

Kategorie		Není hráč MMORPG		Hráč MMORPG	
		Počet	Počet v %	Počet	Počet v %
Věk	10 a méně	0	0,00	0	0,00
	11	46	10,00	3	4,20
	12	118	25,70	10	14,10
	13	105	22,80	19	26,80
	14	116	25,20	27	38,00
	15 a více	75	16,30	12	16,90
Školní ročník	6.	133	29,20	9	12,70
	7.	109	23,90	18	25,40
	8.	104	22,80	24	33,80
	9.	110	24,10	20	28,20

Místo bydliště

Z tabulky č. 8 je patrné, že hráči MMORPG jsou zastoupeny spíše ve větších městech (kategorie 25 000 – 50 000 obyvatel) a ve vesnicích s malým počtem obyvatel (kategorie méně než 1000 obyvatel). Odpovědi respondentů mohou být zkresleny výběrem škol, v kategorii více než 50 000 obyvatel není zastoupena žádná škola.

Tabulka č. 8 - Srovnání hráčů MMORPG a nehráčů MMORPG dle místa bydliště

	Není hráč MMORPG		Hráč MMORPG	
Počet obyvatel	Počet	Počet v %	Počet	Počet v %
více než 50 000	0	0,00	0	0,00
25 000 - 50 000	162	35,70	29	41,40
10 000 - 25 000	7	1,50	0	0,00
5 000 - 10 000	41	9,00	6	8,60
1 000 - 5 000	76	16,70	13	18,60
méně než 1000	168	37,00	22	31,40

4.2. Zhodnocení výzkumných výzkumných otázek

O₁: Jaká je prevalence závislostního chování na MMORPG v dané populaci?

Závislostní chování na MMORPG se v dotazníku měří pomocí deseti podotázek obsažených v otázce č.16 rozdělených do pěti oddílů. Na doporučení Mgr. Lukáše Blinky jsem se rozhodl, že budu za závislé respondenty považovat i respondenty vykazující znaky ohrožení závislostním chováním na internetu.

V tabulce č. 9 jsou uvedeny počty hráčů MMORPG rozděleny dle diagnostiky závislosti na MMORPG. Prevalence závislostního chování na MMORPG ve výzkumném souboru je 7 hráčů ze 71 hráčů hrajících MMORPG, jež je 9,86 %. Prevalence závislostního chování je již od pohledu stejná u obou skupin (hráči MMORPG a u osob, které MMORPG nehrají), tato skutečnost byla rovněž potvrzena statistickou metodou chí-kvadrát jejímž výsledkem byla statistická nevýznamnost.

Tabulka č. 9 – Počet hráčů dle hraní MMORPG a závislostního chování

	Splňují znaky závislosti a ohrožení závislostí		Nesplňují znaky závislosti	
	Počet	Počet v %	Počet	Počet v %
Není hráč MMORPG	42	9,13%	418	90,87%
Hráč MMORPG	7	9,86%	64	90,14%
Celkem	49	9,23%	482	90,77%

Rozdělení hráčů dle hraní MMORPG a závislostního chování je uvedeno v tabulce č.10. Počet závislých hráčů MMORPG jsou 4 hráči, 3 hráči jsou ohrožení, zbytek hráčů nesplňuje diagnostická kritéria pro závislost.

Tabulka č. 10 – Rozdělení hráčů dle hraní MMORPG a závislostního chování

	Nesplňují znaky závislosti a ohrožení závislostí		Splňují znaky ohrožení závislostí		Splňují znaky závislosti		Celkem
	Počet	Počet v %	Počet	Počet v %	Počet	Počet v %	
Není hráč MMORPG	418	90,87%	25	5,43%	17	3,70%	460
Hráč MMORPG	64	90,14%	3	4,23%	4	5,63%	71
Celkem	482	90,77%	28	5,27%	21	3,95%	531

O₂: Má MMORPG větší závislostní potenciál než jiné užívání internetu?

Tabulka č. 11 uvádí počty respondentů z hlediska jejich činnosti na internetu v souvislosti se závislostí na MMORPG.

Respondenti jako svoji nejčastější činnost uvádějí návštěvu sociálních sítí a hraní online her. Největší počet závislých jedinců navštěvuje na internetu sociální sítě. Zaslání SMS zpráv na internetu využívá jen 27 žáků. Z tohoto počtu je ale na dané činnosti nejvyšší procento závislých uživatelů.

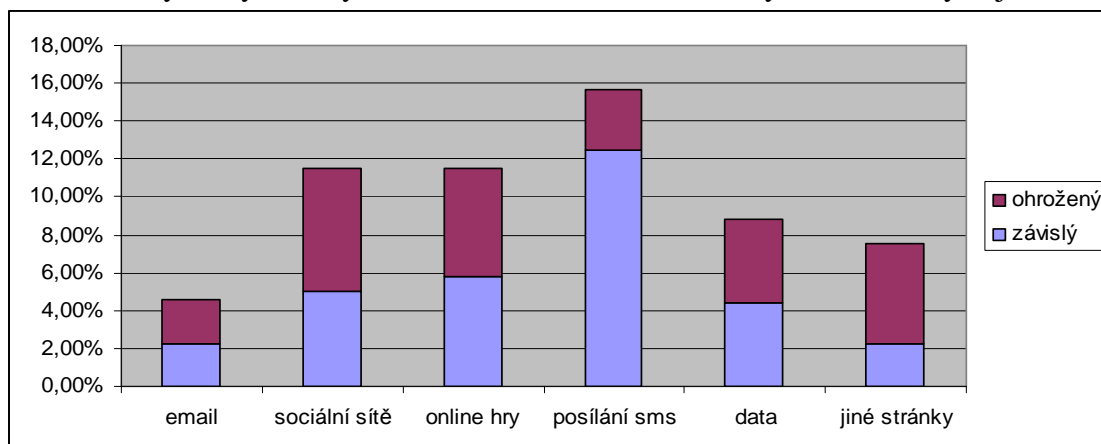
Při porovnání průměrného celkového skóru nehráči MMORPG vykazovali hodnotu 17,72, hráči MMORPG hodnotu 18,82. Hodnota $t = -1,752$ $p = 0,080$. Na desetiprocentní hladině významnosti byl zjištěn statisticky významný rozdíl v celkovém hrubém skóru v testu závislosti na internetu mezi hráči MMORPG a nehráči MMORPG.

Tabulka č. 11 - Rozdělení hráčů MMORPG dle závislostního chování a jejich činností na internetu

Činnost	Celkový počet respondentů		Splňují znaky ohrožení závislostí		Splňují znaky závislosti	
	Počet	Počet v %	Počet	Počet v %	Počet	Počet v %
Sociální sítě	340	36,52	22	6,47	17	5,00
Data	182	19,55	8	4,40	8	4,40
Online hry	156	16,76	9	5,77	9	5,77
Jiné stránky	133	14,29	7	5,26	3	2,26
Email	88	9,45	2	2,27	2	2,27
Posílání SMS	32	3,44	1	3,13	4	12,50

Graf č. 4 je zavádějící jelikož v činnosti Posílání SMS je zahrnuto malý počet respondentů. Jediný statisticky významný rozdíl je tedy u činnosti týkající se využívání sociálních sítí. $\chi^2 = 5,676$ $p = 0,017$.

Graf č. 4 - Výčet využívaných činností na internetu u závislých a ohrožených jedinců



O₃: Mají žáci, kteří vyhledávají větší míru „vyhledávání zážitků“ větší sklony k hraní MMORPG?

Ve výzkumném souboru jsem (u hráčů MMORPG a nehráčů MMORPG) vyhodnotil míru vyhledávání vzrušení, pomocí hrubého skóru testovací metody SURPS (viz tabulka 12).

Tabulka č. 12 - Rozdělení hráčů MMORPG dle pohlaví a vyhledávání vzrušení

Hráč MMORPG	Vyhledávání vzrušení (HS)
Není hráč MMORPG	13,0960
Hráč MMORPG	13,1571
Celkem	13,1046

Statistickou metodou T-test jsem zjistil, že porovnání obou skupin (Míra vyhledávání zážitku a sklony k hraní MMORPG) není statisticky významné. Byli zjištěny statistické rozdíly v míře vyhledávání vzrušení mezi chlapci a dívkami.

O₄: Mají žáci, kteří hrají MMORPG, více zkušeností s návykovými látkami než žáci, kteří MMORPG nehrají?

Pomocí statistické metody T-test jsem porovnal průměry obou skupin (počet vyzkoušených drog v životě u hráčů a nehráčů MMORPG), a nezjistil jsem mezi nimi statistickou významnost.

Provedl jsem také hledání statistické významnosti statistickou metodu Chí-kvadrát, jehož výsledek je uvedený v tabulce č. 13.

Tabulka č. 13 – Chí-kvadrát zkušenosti s nelegální drogou u hráčů MMORPG

	Není hráč MMORPG		Hráč MMORPG	
	Počet	Počet N %	Počet	Počet N %
Nevyzkoušel nelegální drogu v životě	420	91,10%	63	88,70%
Vyzkoušel nelegální drogu v životě	41	8,90%	8	11,30%

Vzhledem k malému počtu respondentů nebyla nalezena statistická významnost ale zle předpokládat, že při větším zastoupení se mohou hodnoty lišit.

O₅: Mají žáci možnost jiného využití volného času než hraní MMORPG?

Z otázky č.5 byla vytvořena nová proměnná s názvem Počet protektivních aktivit týdně, konkrétně byla vytvořená z otázek 5b, 5c, 5d, 5e, 5g. Kriterium pro naplnění pozitivní splnění otázky bylo zabývání se činnostmi minimálně jednou týdně.

Pomocí statistické metody T-test byli zjištěny statisticky významné rozdíly mezi závislými a nezávislými respondenty (průměr závislých 1,80 a průměr nezávislých 2,48), $t=3,857$ $p=0,00013$.

U hráčů MMORPG statistické rozdíly nejsou (průměr hráčů MMORPG byl 2,31 a průměr nehráčů MMORPG byl 2,43). Ukazuje se že závislost na hrách existuje ale netýká se pouze hráčů MMORPG, ti nejsou více ohrožení než ostatní.

4.3. Srovnání závislých a nezávislých uživatelů internetu z různých hledisek

Přístup na internet, povědomí rodičů respondenta, omezený přístup na některá internetová místa

Tabulka č. 14 popisuje srovnání závislých a nezávislých uživatelů internetu. Metodou korelační analýzy jsem zjišťoval statistickou souvislost v jednotlivých kategoriích

(přístup respondentů na internet v jejich domácnosti, povědomí rodičů respondentů o internetové činnosti respondentů, omezený přístup respondentů na internet, počet hodin hraní respondentů internetových her týdně). Více respondentů, kteří vykazují závislost na internetu, má přístup k internetu ze svého vlastního pokoje, jeho rodiče jen výjimečně vědí o jeho internetové činnosti. Závislí respondenti také nemají omezený přístup na některá internetová místa. Statistickou významnost jsem zjistil pouze u kategorie týkající se počtu hodin hraní počítačových her.

Tabulka č. 14 - Srovnání závislých a nezávislých uživatelů internetu dle možnosti přístupu na internet, povědomí rodičů o aktivitách respondentů, omezení přístupu na některá internetová místa

		Osoby nesplňující znaky závislosti		Osoby splňující znaky závislosti	
		Počet	Počet v %	Počet	Počet v %
Přístup na internet v domácnosti respondentů	nemají	15	3,16	1	2,04
	mají internet ve společné místnosti	150	31,65	11	22,45
	mají internet ve svém pokoji	309	65,19	37	75,51
Povědomí rodičů o internetové činnosti respondentů	nevědí	52	10,83	9	18,37
	vědí výjimečně	161	33,54	21	42,86
	vědí často	176	36,67	15	30,61
	vědí velmi často	91	18,96	4	8,16
Omezený přístup respondentů na internet	ano	212	44,82	15	30,61
	ne	261	55,18	34	69,39
Počet hodin hraní respondentů internetových her týdně	0 hodin	57	12,10	8	17,02
	1-7 hodin	191	40,55	13	27,66
	8-14 hodin	106	22,51	8	17,02
	15-22 hodin	48	10,19	1	2,13
	23-29 hodin	16	3,40	5	10,64
	26-29 hodin	24	5,10	2	4,26
	více jak 29 hodin	29	6,16	10	21,28

Počet protektivních aktivit týdně

Jak jsem již zmínil v kapitole 4.2. u výzkumné otázky č.4 byli zjištěny pomocí statistické metody t-test statisticky významné rozdíly v počtu protektivních aktivit týdně mezi závislími a nezávislími respondenty (průměr závislých 1,80 a průměr nezávislých 2,48), $t=3,857$ $p=0,00013$.

Závislost na internetu a počet hodin hraní týdně

Vytvořil jsem proměnou celkový počet bodů pro závislost a pomocí Spearmanova korelačního koeficientu jsem zjistil korelační závislost s počtem hraní týdně u závislých uživatelů internetu. Spearmanův korelační koeficient ρ (ró) = 0,261 $p=0,0000000015$.

Závislost na internetu a počet vyzkoušených drog v životě

Pomocí statistické metody t-test jsem zjistil statisticky významné rozdíly v počtu vyzkoušených drog v životě mezi závislími a nezávislími respondenty (průměr závislých 2,27 a průměr nezávislých 1,48), $t=-5,534$ $p=0,000000049$.

Závislost na internetu a zkušenost s nelegální drogou v životě

Tabulka č. 15 znázorňuje statistickou metodu chí-kvadrát pomocí které jsem prokázal statistickou souvislost ve zkušenosti s nelegální drogou alespoň jednou za život a závislostí na internetu. Chí-kvadrát = 35,364 $p = 0,00000000274$.

Tabulka č. 15 - Srovnání závislých a nezávislých uživatelů internetu dle životní zkušenosti s nelegální drogou

	Osoby nesplňující znaky závislosti		Osoby splňující znaky závislosti		Celkem	
	Počet	Počet v %	Počet	Počet v %	Počet	Počet v %
Nemá zkušenost s nelegální drogou za život	449	93,20	33	67,30	482	90,80
Má zkušenost s nelegální drogou za život	33	6,80	16	32,70	49	9,20

Závislost na internetu v porovnání s mírou vyhledávání vzrušení

Pomocí statistické metody t-test jsem nezjistil statisticky významné rozdíly v míře vyhledávání vzrušení mezi závislými a nezávislými respondenty (průměr závislých 13,07 a průměr nezávislých 13,09).

IV. DISKUZE

Dotazníky od respondentů z velké části sbírali učitelé, dostali instrukce, jak postupovat při sběru dat a v případě dotazů ze stran respondentů. Respondenti byli informováni o anonymitě dotazníků, ze které vyplývá, že se jejich pedagogové nedozví, jak konkrétně kdo odpovídal.²

Nevím, zda všichni respondenti odpovídali pravdivě. Pomocí kontrolní otázky³ jsem vybral tři respondenty, které jsem do výzkumného souboru nezařadil.

Cílovou skupinu respondentů jsem kontaktoval na základě zkušeností z oblasti pozice lektora Primární prevence v okresech Kolín a Kutná Hora. Požádal jsem o spolupráci jak ředitele, tak učitele a školní metodiky prevence základních škol. Jako výzkumnou metodu jsem zvolil dotazník, který byl žákům předložen k vyplnění. Na základě sesbíraných dat od žáků škol, které se mnou navázaly spolupráci, jsem vyvodil určité závěry. Nejsem si jistý, zda byly všechny odpovědi žáky vyplněny podle skutečnosti, vzhledem k tomu, že na většině škol předkládal dotazník vyučující, před kterým se mohli žáci obávat přiznání svých zkušeností. Přesto ale u žáků ze školy, kde jsem dotazníky rozdával a vybíral sám, se neukázaly zkušenosti s návykovými látkami ve větší míře, než na ostatních školách.

Zjistil jsem prevalenci závislostního chování na MMORPG ve výzkumném souboru, jež byla méně, než jsem předpokládal, z toho usuzuji, že v lokalitě kde byl výzkum prováděn se se závislými jedinci nesetkám tak často, jako v jiných městech (například ve městech s více než 50 000 obyvateli), z nichž nemám u uživatelů internetu v dotazníku žádné zastoupení.

U žáků závislých na internetu se ukázalo, že více než hraní on-line her věnují jiným činnostem, nejčastěji návštěvám sociálních sítí. Napadá mě, že by

² Byly porovnány výsledky od respondentů, kterým předkládali dotazníky učitelé a já. Ukázalo se, že u obou typů dotazníků nejsou statistické odchylky od získaných dat.

³ V kontrolní otázce – v dotazníku uvedena pod číslem 20f - byl uveden název drogy, která neexistuje. Pokud někdo odpověděl, že tuto drogu vyzkoušel, byl z výzkumného souboru vyřazen.

možná tento typ výzkumu byl do budoucna přínosný, protože s přibývajícím počtem uživatelů sítí typu facebook, badoo, twitter apod. bude přibývat i závislých jedinců na těchto stránkách a spolu s tendencí o kvalitnější i více kvantitativní výuku cizích jazyků od velmi brzkého věku se tento trend bude u žáků ještě rozšiřovat za hranice známého domácího prostředí, odkud mohou proudit další problémy jako např. kyberšikana. A protože je tato komunikace bezpečná a často i anonymní, mohou se k ní přiklonit i jinak bezproblémoví jedinci toužící po vzrušení a jistém způsobu zážitku.

V. ZÁVĚR

Při sběru dat jsem se setkal jak s ochotou žáků se do výzkumu zapojit, tak s ne příliš velkým nadšením ze strany vyučujících až s odmítavým postojem ze strany některých ředitelů škol. Přesto si nakonec našli dostatek času, aby se s žáky vyplnění dotazníků věnovali.

Z výzkumu je patrné, že jen malé procento z počtu závislých jedinců na internetu trpí závislostí na hromadných on-line hrách. Mnohem více jsou na internetu využívány webové aplikace k zasílání SMS a stránky sociálních sítí. Bylo pro mě zajímavé zjištění, že se dnes hrají on-line hry méně, než dříve, snad právě proto, že je dnes na internetu mnohem více možností jak komunikovat s okolím, vznikají nové webové stránky, sítě a aplikace, jež uživatelé internetu využívají.

Z hlediska životní zkušenosti s návykovými látkami jsem zjistil, že hráči MMORPG mají více zkušeností s nelegální návykovou látkou než ostatní uživatelé internetu.

K hraní hromadných on-line her nevede žáky na základních školách nedostatek jiných možností zábavy, dotazování uvádí, že v místě bydliště je možnost využívání organizovaných volnočasových aktivit.

Každý z respondentů užívá internet pravidelně, zná negativní důsledky svého chování, je-li užívání nadměrné, přesto je však internet nástrojem, jak pohodlně a zábavně komunikovat s okolím aniž by bylo potřeba větší fyzické námahy. Mnohým školákům on-line komunikace plně vynahrazuje osobní kontakt, neuvědomují si, jakou roli osobní interakce zaujímá v jejich psychosociálním vývoji. Věřím, že se během vyplňování dotazníku žáci zamysleli nad svým jednáním a postoji a ti, kteří na sobě sklony k nadměrnému užívání internetu pozorují se nad svým počínáním a důsledky zamyslí.

U on-line her žáky lákají právě zážitky, které nemohou v reálném životě zakusit, buď proto, že jsou příliš nebezpečné, nebo nedostupné. MMORPG dávají možnost žít skutečně jiný život, kde si mohou dovolit mnohem více než

v reálném životě. Kde nemají zábrany v chování a jednání, nemusí se ohlížet na ostatní a přemýšlet, zda to či ono je správné či morální. Hráči jsou v tu chvíli svobodní a mohou naplno využít své fantazie a představivosti a vychutnat si zážitky, jež on-line hry nabízejí. Vše se stejnou mírou prožívání a adrenalinu, jen bezpečně a pohodlně.

V posledních letech je na mladé lidi převáděna velká míra odpovědnosti za jejich činy a chování. Tato situace vede k rychlému a „pohodlnému“ odměňování. Na závěr mi dovoluť rozloučit se s citací: „I jinak dobře přizpůsobený jedinec může v krizové situaci unikat od reálných problémů fixací na počítač, ale pokud je to pouze přechodné, jedná se o normální reakci, naopak trvalejší fixace může upozornit na existující psychickou poruchu.“ . (Chou a kol., 2005)

VI. POUŽITÁ LITERATURA

ABRAMSON, L. Y., METALSKY, G.I. & ALLOY, L. B. (1989). Hopelessness depression: a theory-based subtype of depression. *Psychological Review*, 96, 358-372

BRIAN D. NG, M.S. and WIEMER – HASTINGS Peter, Ph.D. *Addiction to the Internet and Online Gaming*. Cyber psychology a behavior, volume 8, number 2, 2005

ČÁP, Jan a MAREŠ, Jiří. *Psychologie pro učitele*. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-273-7

DOLEJŠ, M., MIOVSKÝ M., ŘEHAN V.: *Testová příručka ke Škále osobnostních rysů představujících riziko z hlediska užívání návykových látek*. Praha, 2010.

Drogová poradna, občanského sdružení Sananim [online]. Praha. [cit. 10.2.2012]
Dostupné z www: <http://www.odrogach.cz/index.php>

Flashgamesspot [online]. 2008 [cit. 2012-04-15]. Dostupné z: <http://flashgamesspot.com/cs/play-free-online/history-flash-games>

GRIFFITHS, M. (1998) Internet addiction: Does it really exist? Psychology and the Internet, intrapersonal, interpersonal, and transpersonal implications. San Diego, Academic Press. ISBN: 0-12-271950-6

GRIFFITHS, M MD, DAVIES, MN, Chppell D. Online computer gaming: a comparison of adolescent and adult gamers. *J Adolesc* 2004, 27:87 – 96 2004

GRIFFITHS, M MD, HUNT, N. Dependence on computer games by adolescents. *Psychol Rep* 1998, 82:475-80

HAHN, A. a kol. (2001)) Stress and addiction in the internet: First Result of an On-Screen-Study. Humboldt-University of Berlin

Historie MMOG, I. část - prahistorie a Ultima Online. *Whalejet.com* [online]. 2004 [cit. 2012-04-15].

KUDRLE, S. (2003) *Psychopatologie závislosti a kodependence. Drogy a drogové závislosti*. Praha: Národní monitorovací středisko pro drogy a drogové závislosti.

LANGMEIER, Josef a KREJČÍŘOVÁ, Dana. *Vývojová psychologie*. Praha: Grada, 2006. ISBN 978-80-247-1284-0.

MAŘÍKOVÁ, Markéta. Netholismus: Závislost na internetu. [online]. [cit. 2012-04-15]. Dostupné z: [www.kafe.cz/sex-a-vztahy/psychologie/netholismus-zavislost na internetu](http://www.kafe.cz/sex-a-vztahy/psychologie/netholismus-zavislost-na-internetu)

NEŠPOR, Karel. Chraňte děti před počítači a počítače před dětmi. *Adiktologie*. 2009, 3. O drogách, informační portál drogové prevence [online]. Praha o.s.Sananim [cit.10.2.2010].Dostupné na WWW:
<http://www.odrogach.cz/index.php?p=&sess=&disp=texty&offset=101&list=101&shw=100002>

PANČOCHA, Karel. *Patologické závislosti v kontextu speciálně pedagogické teorie a praxe*. MU Brno, 2007. Disertační práce. Pedagogická fakulta. Vedoucí práce doc. PhDr. Pavel Mühlpachr, Ph.D.

PÍRKO, Martin. Závislost na internetu. [online]. [cit. 2012-04-15]. Dostupné z: <http://www.lupa.cz/clanky/zavislost-na-internetu-bluf-ci-realita/>

ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7367-124-7.

STUHLÍKOVÁ, Iva. a kol. *Zvládání emočních problémů školáků*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7178-534-2.

ŠMAHEL, David. *Psychologie a internet*. Brno: Triton, 2012. ISBN 80-7254-360-1

TRAPKOVÁ, L. *Rodinná terapie psychosomatických poruch*. Praha : Portál, 2004. ISBN: 978-80-7367-561-5 -

YOUNG, K.S.(1996) *Caught in the net*. New York: Wiley & Sons.

YOUNG, K.S. (1998) Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. *Cyber psychology & behavior* 3:237 – 244

Závislost na internetu. *Poradna.adiktologie.cz* [online]. 2010 [cit. 2012-04-15]. Dostupné z: <http://poradna.adiktologie.cz/article/zavislost-na-internetu/>

Závislost na počítačových hromadných online hrách. *Doktorka.cz* [online]. 2008 [cit. 2012-04-15]. Dostupné z: <http://psychologie.doktorka.cz/zavislost-na-pocitacovych-hromadnych-online-hrach-/>

VII. PŘÍLOHY

Příloha č.1 Dotazník

DOTAZNÍK DIPLOMOVÉ PRÁCE

ZÁVISLOSTNÍ CHOVÁNÍ NA POČÍTAČOVÝCH HRÁCH U ŽÁKŮ DRUHÉHO STUPNĚ ZÁKLADNÍCH ŠKOL

Dotazník pro žáky 6.-9. tříd

Než začneš, přečti si následující informace.

Tento výzkum je součástí magisterské diplomové práce týkající se chování při hraní hromadných počítačových online her mezi žáky tvého věku. Provádí se ve vybraných školách v okresech Kolín a Kutná Hora.

Tvoje třída byla namátkou vybrána, aby se účastnila této studie. Jsi jedním z více než 600 žáků, kteří se tohoto výzkumu účastní.

Dotazník je zcela anonymní - nebude obsahovat tvoje jméno ani žádné jiné informace, které by tě mohly individuálně identifikovat. Na dotazník nikam nepiš své jméno. Po vyplnění odevzdej dotazník výzkumnému asistentovi.

Tvé odpovědi jsou považovány za důvěrné. Účast ve studii je dobrovolná. Narazíš-li v dotazníku na otázku, na kterou z nějakého důvodu nechceš odpovědět, nech ji prostě nezodpovězenou. Má-li být tento výzkum úspěšný, je důležité, abys odpovídal/a uvážlivě a upřímně a v i ideálním případě na všechny otázky.

Nejde o žádný test. Neexistují zde správné ani špatné odpovědi. U většiny otázek jsou odpovědi předznačené. Pokud mezi nimi nenajdeš odpověď, která by vystihovala tvůj názor nebo tvou zkušenost přesně, označ odpověď, která je významem nejbližší. Na otázky odpovídej tak, že křížkem označíš příslušný rámeček nebo doplň odpověď do kolonky.

Doufáme, že tě práce na dotazníku zaujme. Pokud bys měl/a nějaké nejasnosti, přihlas se. Asistent výzkumu přijde k tvé lavici a podá ti vysvětlení.

Děkujeme ti předem za tvou účast.

NEŽ ZAČNEŠ, NEZAPOMEŇ SI PŘEČÍST POKYNY NA 1. STRANĚ.
Svou odpověď uváděj tak, že u každé otázky označíš křížkem "X" odpovídající čtvereček.

1. Jsi: 1 ☐ Chlapec 2 ☐ Dívka

2. Kolik je ti let? 1 ☐ 10 a méně 2 ☐ 11 3 ☐ 12 4 ☐ 13 5 ☐ 14 6 ☐ 15
nebo více

3. V kolikátém jsi školním ročníku:
1 ☐ šestý 2 ☐ sedmý 3 ☐ osmý 4 ☐ devátý

4. Počet obyvatel ve tvém bydlišti:
1 ☐ více než 50 000 (velká města, např. Pardubice, Brno, Praha)
2 ☐ 25 000 – 50 000 (větší města, např. Kolín)
3 ☐ 10 000 – 25 000 (menší města, např. Kutná Hora)
4 ☐ 5 000 – 10 000 (malá města)
5 ☐ 1 000 – 5 000 (velká vesnice)
6 ☐ méně než 1 000 (malá vesnice)

5. Jak často (pokud vůbec) se věnuješ následujícím činnostem?

(Zaškrtni jedno okénko v každém řádku)					
	nikdy	párkrát za rok	jednou či dvakrát za měsíc	aspoň jednou za týden	téměř denně
a) Hraji počítačové hry	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Sportuji sám nebo s přáteli (jízda na kole, fotbal atd.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Účastním se organizovaných sportovních aktivit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) Čtu pro zábavu knihy (nepočítej školní učebnice)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) Jiné koníčky (hra na hudební nástroj, zpěv, kreslení, psaní)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) Surfuji na internetu (chat, hry, muzika aj.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) Chodím do programů nebo klubů pro mládež	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) Chodím s přáteli do nákupních center, po ulici, do parku atd. jen tak pro zábavu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	1	2	3	4	5

6. Jakou činnost na počítači nejraději děláš?

1 ☐ hraji PC hry 2 ☐ navštěvuji internet 3 ☐ tvořím (např. programuji, vytvářím grafiku či hudbu)
4 ☐ nejčastěji dělám něco jiného

7. Máš doma přístup na internet?

1 ☐ nemám 2 ☐ máme internet ve společné místnosti 3 ☐ mám internet ve svém pokoji

8. Vědí tvoji rodiče, co na internetu děláš (jaké stránky navštěvuješ, s kým komunikuješ...)?

1 ☐ nikdy 2 ☐ výjimečně 3 ☐ často 4 ☐ velmi často

9. Máš omezený přístup na některá internetová místa?

1 ☐ ano 2 ☐ ne

10. Jaké činnosti na internetu se nejčastěji věnuješ?

- 1 ☐ návštěva e-mailu 2 ☐ návštěva sociálních sítí (např.: Facebook) 3 ☐ hraní online her
4 ☐ posílání sms 5 ☐ stahování dat (např. filmy, hudba) 6 ☐ návštěva jiných stránek

11. Jaký styl počítačových her hraješ nejčastěji?

- 1 ☐ online hry pro jednoho hráče 2 ☐ online hry pro více hráčů 3 ☐ offline hry

12. Jaký typ počítačových her hraješ nejčastěji?

- 1 ☐ simulátory (např. sportovní) 2 ☐ strategie
3 ☐ na hrdiny (RPG) 4 ☐ akční 5 ☐ jiné

13. Pokud znáš název hry, kterou nejčastěji hraješ, tak ho sem napiš (napiš prosím celý název).

.....
.....

14. Kolik hodin týdně strávíš hraním počítačových her.

- 1 ☐ 0 hodin
2 ☐ 1-7 hodin (max. hodina denně)
3 ☐ 8-14 hodin (cca 2 hodiny denně)
4 ☐ 15-22 hodin (cca 3 hodiny denně)
5 ☐ 23- 25 hodin (cca 3 až 4 hodiny denně)
6 ☐ 26-29 hodin (cca 4 hodiny denně)
7 ☐ více jak 29 hodin týdně (více jak 4 hodiny denně)

15. V které části týdne hraješ nejvíce?

- 1 ☐ v pracovním týdnu (pondělí-pátek) 2 ☐ o víkendu (sobota-neděle) 3 ☐ nevím (nejde určit)

16. Zažíváš někdy v souvislosti se svou hraním či pobytem na internetu následující věci?

(Zaškrtni jedno okénko v každém řádku)

	nikdy	výjimečně	často	velmi často
a) Zanedbáváš někdy své potřeby (např. jídlo či spánek) kvůli internetu či hraní her?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Představuješ si, že jsi na internetu nebo hraješ hry, i když to zrovna neděláš?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Cítíš se neklidný/á, mrzutý/á nebo podrážděný/á, když nemůžeš být na internetu nebo hrát hry?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) Cítíš se veselejší a šťastnější, když se dostaneš do hry nebo spustíš internet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) Máš pocit, že na internetu nebo ve hře trávíš stále více času?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) Přistihneš se, že zůstáváš na internetu nebo ve hře, i když tě to už vlastně nebaví?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) Hádáš se někdy se svými blízkými (rodina, přátelé, partner/ka) kvůli času, který trávíš na internetu nebo ve hře?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) Strádá tvoje rodina, přátelé, práce či zájmy kvůli času, který trávíš hraním nebo online?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
i) Pokusil/a jsi se někdy neúspěšně omezit čas, který trávíš na internetu nebo ve hře?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
j) Stává se ti, že jsi byl/a na internetu nebo ve hře výrazně déle, než jsi původně zamýšlel/a?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	1	2	3	4

17. Jak často (pokud vůbec) jsi kouřil/a nějaký tabákový výrobek (cigarety)?

(Zaškrtni jedno okénko v každém řádku)

	nikdy	1-2 krát	3-10 krát	11 a vícekrát
a) V životě	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Během posledních 12 měsíců	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Během posledních 30 dnů	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	1	2	3	4

18. Jak často (pokud vůbec) jsi pil/a nějaký alkoholický nápoj (pivo, víno atd.)?

(Zaškrtni jedno okénko v každém řádku)

	nikdy	1-2 krát	3-10 krát	11 a vícekrát
a) V životě	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Během posledních 12 měsíců	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Během posledních 30 dnů	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	1	2	3	4

19. Jak často (pokud vůbec) jsi užil/a marihuanu či hašiš (konopné drogy)?

(Zaškrtni jedno okénko v každém řádku)

	nikdy	1-2 krát	3-10 krát	11 a vícekrát
a) V životě	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Během posledních 12 měsíců	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Během posledních 30 dnů	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	1	2	3	4

20. Kolikrát za svůj život (pokud vůbec) jsi užil/a některou z následujících drog?

(Zaškrtni jedno okénko v každém řádku)

	nikdy	1-2 krát	3-10 krát	11 a vícekrát
a) Léky na uklidnění, sedativa (bez doporučení lékaře)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Pervitin (nebo jiné amfetaminy)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) LSD nebo jiný halucinogen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) Krak	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) Kokain	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) Netalin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) Heroin (nebo jiné opiáty, např. kodein, braun, Subutex)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) Halucinogenní houby (lysohlávky)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
i) GHB	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
j) Anabolické steroidy nebo prostředky dopingů	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
k) Drogy užívané injekčně (heroin, pervitin aj.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
l) Alkohol spolu s léky	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
m) Alkohol spolu s marihuanou či jinou konopnou drogou	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
n) Nějakou drogu včetně alkoholu před polednem (ne tabák)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
o) Nějakou drogu včetně alkoholu o samotě	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
m) Alkohol spolu s marihuanou či jinou konopnou drogou	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	1	2	3	4

Poslední část dotazníku obsahuje 23 výpovědí, kterými můžeš popsat sama sebe. Přečti si pozorně každou výpověď a posuď, do jaké míry tě vystihuje. Odpovídej uvažlivě a upřímně, stejně jako v celém dotazníku jsou i zde tvé odpovědi považovány za důvěrné. Nejde o žádný test, neexistují zde správné ani špatné odpovědi. Pokud nenajdeš odpověď, která by ti přesně vyhovovala, označ odpověď, která je významem nejbližší.

21. Na otázky odpovídej tak, že křížkem označíš příslušné políčko v každém řádku.

Význam jednotlivých odpovědí upřesňuje následující tabulka:

rozhodně nesouhlasím	nesouhlasím	souhlasím	rozhodně souhlasím
výpověď tě vůbec nevystihuje	výpověď tě spíš nevystihuje	výpověď tě spíš vystihuje	výpověď tě úplně vystihuje

	rozhodně nesouhlasím	nesouhlasím	souhlasím	rozhodně souhlasím
a) Jsem spokojený.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Často něco řeknu dřív, než si to rozmyslím.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Chtěl/a bych skákat padákem.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) Jsem šťastný/á.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) Často se dostávám do situací, kterých později lituji.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) Užívám si nové a vzrušující zážitky, i když jsou nekonvenční.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) Věřím, že mám před sebou slibnou budoucnost.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) Pocit závratí či omdlení mi nahání hrůzu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
i) Děsí mě, když cítím, že se mi mění srdeční tep.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
j) Obvykle jedním, aniž bych se předtím zamyslel/a.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
k) Rád bych se naučil/a řídit motocykl.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
l) Jsem hrdý/á na to, co jsem dokázal/a.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
m) Jde mi o zážitek jako takový, i když je to něco nezákonného.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
n) Mám pocit, že nejsem úspěšný.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
o) Dostávám strach, když zažívám neobvyklé tělesné pocity a vjemy.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
p) Líbilo by se mi dělat dlouhé túry v drsné a neobydlené krajině.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
q) Cítím se příjemně.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
r) Děsí mě, když nejsem schopen/a se soustředit na to, co mám dělat.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
s) Mám pocit, že se musím chovat manipulativně, abych dosáhl/a toho, co chci.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
t) Do budoucna hledím s velkým nadšením.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	1	2	3	4

Děkujeme ti za vyplnění dotazníku.

Ještě než dotazník odevzdáš, prolistuj ho, prosím, ještě jednou a překontroluj, zda jsi nepřehlédl/a některou z otázek.

Příloha č. 2 Souhlas zákonných zástupců

SOUHLAS ZÁKONNÝCH ZÁSTUPCŮ

Souhlasím s tím, aby se můj syn/dcera
zúčastnil/a dotazníkového šetření v rámci výzkumné části magisterské diplomové práce
„Závislostní chování na MMORPG u žáků druhé stupně základních škol“ realizované studentem
Bc. Jiřím Zatřepálkem studujícím obor adiktologie na 1.lékařské fakultě University Karlovy v
Praze. Cílem studie je získat přehled o rizikovém chování žáků druhého stupně základních škol
v oblasti internetových hromadných online her a užívání legálních i ilegálních návykových
látek. Veškerá získaná data jsou anonymní a bude s nimi nakládáno v souladu se zákonnými
normami. Do kontaktu s žáky se dostane pouze kvalifikovaný a proškolený personál. Vedoucím
magisterské práce je Mgr. Jaroslav Vacek, odborný pracovník Centra adiktologie Psychiatrické
kliniky 1.lékařské fakulty Univerzity Karlovy v Praze, e-mail: vacek@adiktologie.cz, telefon:
777 815 149.

V.....dne.....
.....

Podpis zákonného zástupce

Příloha č. 3 - Seznam tabulek

Tabulka č. 1 – Popis souboru

Tabulka č. 2 – Gender rozdělení výzkumného souboru

Tabulka č. 3 – Věkové kategorie respondentů výzkumného souboru

Tabulka č. 4 – Počet respondentů zastoupených ve školních ročnících

Tabulka č. 5 – Počet obyvatel v místě bydliště respondentů výzkumného souboru

Tabulka č. 6 – Srovnání hráčů MMORPG a nehráčů MMORPG dle pohlaví

Tabulka č. 7 – Srovnání hráčů MMORPG a nehráčů MMORPG dle věku a ročníku

Tabulka č. 8 - Srovnání hráčů MMORPG a nehráčů MMORPG dle místa bydliště

Tabulka č. 9 – Počet hráčů dle hraní MMORPG a závislostního chování

Tabulka č. 10 – Rozdělení hráčů dle hraní MMORPG a závislostního chování

Tabulka č. 11 - Rozdělení hráčů MMORPG a závislostního chování

Tabulka č. 12 - Rozdělení hráčů MMORPG dle pohlaví a vyhledávání vzrušení

Tabulka č. 13 – Chí-kvadrát zkušenosti s nelegální drogou u hráčů MMORPG

Tabulka č. 14 - Srovnání závislých a nezávislých uživatelů internetu dle možnosti přístupu na respondentů na internet, povědomí rodičů o aktivitách respondentů, omezení přístupu na některá internetová místa

Tabulka č. 15 - Srovnání závislých a nezávislých uživatelů internetu dle životní zkušenosti s nelegální drogou

Příloha č. 4 - Seznam grafů

Graf č. 1 - Věkové kategorie respondentů výzkumného souboru

Graf č. 2 - Počet respondentů zastoupených ve školních ročnících

Graf č. 3 – Počet obyvatel v místě bydliště respondentů výzkumného souboru

Graf č. 4 - Výčet využívaných činností na internetu u závislých a ohrožených jedinců